



## ～ 思春期に寄り添う（2）～

校長 小木曾敏樹

思春期に寄り添う、とは言うものの、実際、我が子が反抗的な態度をとれば感情的にもなることでしょう。無気力や無反応だと「どうしたいの!」と答えを求めたくなることでしょう。落ち込んだりふさぎ込んだりしていれば、こちらも胸が苦しく落ち込んでしまうことでしょう。どう寄り添えばいい、どんなふうにしたらいいというノウハウはありません。思春期の様相、それ自体が十人十色、様々だからです。

しかし、どんな場合も、変わることがない、親として、人としての対応というはあるかと思えます。

まず大切なのは、聞くことです。聞くと言っても、子どもが話してくれなければ、聞くこともできませんね。かといって、話せ話せと求めれば、ウザがられて話にもならないでしょう。家庭内の会話が日常的にあるよう、工夫することがまずは大切だと思います。私がホームページにこだわっている理由の一つは、家庭内に会話を生むためです。スーパーティーチャーと呼ばれるようなすごい教師がいたとしても、親の存在に勝てるはずはありません。生徒たちの安定した成長を図るためには、家庭内での会話が必要と考え、少しでも多くの情報を掲載し家庭で話題にしたいと考えています。活用してくださっていますか？

聞くこと、つまり、生徒が「話す」ということには、2つの効果が期待できます。

まず一つは、ストレスの発散ということです。大人だって、誰かに愚痴を聞いてもらってスッキリしたという経験はあることでしょう。多感な思春期の生徒たちにとって、世の中の仕組みから日常の常識まで、いろいろなことが疑問であったり不快であったりするものです。そんな思春期の集合体が中学校な訳ですから、当然、不満や疑問や他者批判がないわけがありません。あるのが当然で普通なのです。それをため込むのではなく、話すことでスッキリして終わらせていく、やり過ごしていく、そんなことが大切だと思うのです。自分の思うようにはならないことばかり、都合よく周りは変わっていかない、そんな現実を受け止めるためには、心の中のもやもやを一度は吐き出すことが効果的です。学校生活を明るく、快活に過ごしている生徒の多くは、家庭での会話が多く、学校生活の話題を親に話しているという傾向が非常に強いと感じます。人は不満やストレスを心のゴミ箱に毎日ためる。それを、話すという行為でゴミ箱から違うゴミ箱へ捨てていく。その違うゴミ箱が親ということです。この逆のパターンは絶対にやめましょう。子の心のゴミ箱に、親のストレスというゴミを投げ捨てる。子の心のゴミ箱は満タンになって心を病んでいくことになります。

もう一つは、自己解決をしようとするということです。人は話すという行為をすることで、物事を言語化しています。この言語化することが、起っていることの整理をすることになります。最初は激怒して話している人も、話しているうちに、自分にも悪い所があったかも・・・、相手にも理由があったのかも・・・など、客観的に見ることができたりします。また、腹は立つけどこのままじゃいけないから何か考えようとか、相手の考えも聞いてみる必要があるかもとか、解決に向けての筋道を無意識のうちに探ったりするのです。また、解決しようがないから、諦め



て、折り合いをつけようとか、仲直りは無理だけど、これ以上関係は崩さないようにしようなどと落としどころを探ったりもします。無意識のうちに、心の処理と解決への道筋を思考している訳です。話すということがいかに大切な行為なのかということです。家族との会話が多少いほど、心は安定し、明るく生活できる訳が分かりますよね。

## 私になんて 興味がないのだろう

被害妄想、思い込みって言葉しか出てこないのですが、思春期の、特に女子生徒からはよく聞くことがあります。

「私なんていない子」、「私になんて、興味がないんだろう」

我が子のことを、いらぬとか、興味がないなんてことは、ありえないといくら説明しても、その子たちには分かってはもらえません。



親は親で、反抗期を迎えた我が子との関係に悩み、言葉かけを減らしたり、うるさいことを言わないようになるべく見て見ぬふりをしたりと、対応に苦慮していると、子は子でそれを、無視したとか、知らん顔したとか、避けられたとか感じたりして、落ち込んでいくのです。

子は自分が発している、思春期の負のオーラや、マイナスな発言、不快を与える態度に、全然気付いていないからです。自分自身の感情コントロールがうまくできないのですから、それが相手や周りにどんな影響を与えているかなんて、気付く訳ありません。だから、自分のことは棚に上げて、親の態度への不満や不信を口にするわけです。

つい数年前まで、親にベタベタとくっ付いていたのに、思春期の壁が親子の間に隔たりをつくり、お互いがどう接したらいいのか分からず、折り合いをする……。その微妙な関係性が、思春期の子には、親が自分への興味を失っている、自分は愛されていない、いらぬ子、というふうにながティブな感情になっていくのです。小さいころのような親子関係には、戻りたくても戻れはしない。けれども、小さいころのような気持ちを取り戻すことはできるはず。小さいころに言っていたこと、思っていたこと、それは「大好き」ってことでしょう。何をしても可愛い、誰よりも我が子が一番と思っていたあの頃から比べると、他の子と比較したり、過去の自分と比較したり、これくらいは、と到達点を設定したりして、あの頃の思いを忘れてしまう。もう一度、「大好き」って心の中で言い続けてみましょうか。あの頃の写真や、動画を見たりして。

無条件に愛していたあの頃。あれから年月が経ち、成長した我が子の姿に、つつい今は、条件付きの愛になっているかもしれない。親子の愛は、無条件の愛でなくてはいけないのでしょ。指導をすることはあっても、我が子が一番というところを見つめればいい。我が子のいい所を見つめて、「大好き」とつぶやけばいい。

愛されている実感、これに勝る特効薬も、解決策もない。



## 面倒くさい思春期に付き合う

生徒たち自身も、本当にイヤって思っているんです。思春期だからなのか、そうじゃなく自分だけが不幸なのかも分からないから、もうこんな生活イヤって思っているんです。しかし、それも数年のこと。ない子もいれば、中2くらいで終わる子もいる。高校生になっても引きずる子もいますが、それ以上は極々少数です。いつかは終わる思春期・反抗期。暗いトンネルを抜けるのももう少しの我慢です。トンネルを抜けたら、子育てでもうほぼ終わり。今度は親が寂しさを感じる番になります。あと少し。だから、面倒くさい思春期に付き合きましょう。子どもたちは何も悪くないのです。やりたくてやっている訳でもないのです。トンネル抜けたら、きっと青空です。